LAS RELACIONES



Sábado 15 de enero

LEE PARA EL ESTUDIO DE ESTA SEMANA: 1 Samuel 25; Efesios 4:1-3; 1 Pedro 3:9-12; Lucas 17:3, 4; 23:34; Santiago 5:16.

PARA MEMORIZAR:

"Así que, todas las cosas que queráis que los hombres hagan con vosotros, así también haced vosotros con ellos; porque esto es la ley y los profetas" (Mateo 7:12).

UN EXPERIMENTADO EVANGELISTA organizaba seminarios acerca del estrés como introducción a las reuniones evangelizadoras en las ciudades. En su encuesta, le pedía a la audiencia que enumerara cuatro o cinco factores que les causaban más estrés. Surgían varias categorías generales (salud, dinero, trabajo, relaciones, etc.). Antes de completarla, uno de los ayudantes vio que el orador ya había preparado antes unas transparencias para analizar las "relaciones" como la fuente número uno. Cuando le preguntaron, el pastor explicó que, por su experiencia, sabía que las malas relaciones siempre eran la causa primaria de estrés.

Sean problemas con el cónyuge, los niños, los jefes, los asociados en el trabajo, los vecinos, los amigos o los enemigos, la gente tiende a ser el principal generador de estrés. En contraste, cuando las relaciones son positivas, son una poderosa fuente de satisfacción. Esto parece ser igual en cualquier cultura. La gente nos hace felices o nos hace miserables.

Esta semana nos ocuparemos de las relaciones y de lo que la Biblia nos enseña acerca de ellas.

COMPLETAMENTE HUMILDE Y MANSO

Lee Efesios 4:1 al 3. ¿Por qué Pablo relaciona la humildad, la mansedumbre y la paciencia con las buenas relaciones y la unidad? Recuerda casos de tu experiencia en los que estas actitudes produjeron un impacto positivo sobre las relaciones.

Lee 1 Samuel 25. ¿Qué podemos aprender de las acciones de Abigail y de David en situaciones tensas y difíciles?

La historia de David, Nabal y Abigail provee un ejemplo excelente de interacción social. David envió soldados a Nabal con un pedido razonable: "Hemos protegido a tus hombres y tu propiedad; danos lo que puedas encontrar" (1 Samuel 25:7, 8, paráfrasis del autor). Pero Nabal no conocía bondad ni diplomacia, sino que era un hombre rudo y perverso. Otras traducciones usan términos como *áspero*, *grosero*, *descortés*, *intratable* y *tosco*. Y él demostró estos rasgos ante los guerreros de David.

En contraste, nota la actitud de David. Aunque él tenía poder militar, su mensaje mostraba humildad, deseando que Nabal tuviera larga vida y buena salud, y presentándose como "tu hijo David" (versículo 8).

En cuanto a Abigail, se sugiere que era inteligente y hermosa. Nota su conducta: proveyó abundantes alimentos escogidos, corrió para apaciguar a David, se inclinó ante él como "tu sierva", lo llamó "Señor mío" y le pidió perdón. Le recordó a David que era hombre de Dios, y que evitara el derramamiento innecesario de sangre.

Esta acción de Abigail, llena de tacto y humildad, cambió las intenciones de David. Alabó a Dios por enviarla a ella y la alabó por su buen juicio. Esta mediación efectiva salvó la vida de muchos hombres inocentes. David no necesitó derramar sangre, porque Nabal murió, probablemente de un problema cardíaco, víctima de su propio temor.

Es fácil ser bondadoso con quienes nos gustan. Pero ¿qué sucede con los que no nos gustan? Piensa en aquellos que encuentras desagradables. ¿Cómo reaccionarían si mostraras una actitud mansa y humilde hacia ellos? Por la gracia de Dios, haz la prueba (recordando que no siempre eres un alma agradable y amable).

COMPENSANDO EL MAL CON BENDICIONES

¿Cuál es el verdadero propósito de 1 Pedro 3:8 al 12? ¿Cómo puedes aplicar estos principios en tu propia vida?

Jesús superó el enfoque de "ojo por ojo" por el de volver la otra mejilla (Mateo 5:38, 39). Este era un concepto revolucionario, y todavía lo es hoy en muchas culturas y tradiciones. Incluso los cristianos contemporáneos raramente devuelven bien por mal. Pero Jesús sigue diciendo: "Aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón" (Mateo 11:29).

Una pareja con niños pequeños tenía un problema serio con sus vecinos. En varias ocasiones, y en tonos desagradables, estos vecinos les dijeron a los jóvenes padres cuán molesto era oír a los niños jugar en el patio. Se quejaban porque les molestaba esto y aquello. La joven pareja no apreciaba que le hablaran en tono severo y poco amable. Después de todo, ellos no estaban haciendo nada en contra de las reglas de la buena vecindad. Un día, cuando la familia cosechó manzanas de los árboles del terreno de atrás, la madre decidió darles a los vecinos dos pasteles de manzana recién horneados. Los vecinos aceptaron los pasteles alegremente. Ese sencillo acto produjo una diferencia en sus relaciones, probablemente porque nunca hubieran esperado algo así de la gente a la que habían estado molestando constantemente.

¿De qué modo David devolvió los ataques constantes de Saúl? 1 Samuel 24:4-6. ¿Qué nos indica esto acerca del carácter de David? ¿Cómo podríamos aplicar esta actitud en nuestra propia experiencia, si estamos teniendo problemas con alguien que también podría ser un "ungido del Señor"?

En 1 Samuel se registran cuatro ocasiones en las que David expresó que, para él, era inmoral levantar su mano contra "el ungido de Dios". Aun cuando tuvo oportunidades de vengarse, repetidamente trató de acercarse y perdonar al Rey. David eligió una manera humilde y piadosa de tratar con alguien que no era bondadoso hacia él.

¿No deberíamos todos, en cada situación en que nos encontremos, procurar hacer lo mismo?

EL PERDÓN

Es posible aparentar una vida religiosa rica y significativa y, a la vez, tener problemas serios de relaciones. Es un hecho de la vida que, a menudo, chocamos y nos causamos dolor unos a otros y, a veces, *especialmente* en la iglesia. Por eso, cuán importante es aprender a perdonar.

Lee Efesios 4:32. ¿Has estado aplicando esta verdad bíblica en tu vida? ¿A quiénes necesitas perdonar, y por qué es importante, para tu propio bien, que los perdones?

En años recientes, la profesión de aconsejamiento mira más positivamente la importancia de los principios espirituales para la salud mental. Durante décadas, la religión y la espiritualidad eran consideradas, por muchos psicólogos y consejeros, como una fuente implícita de culpa y temor. Ya no es así. Se reconoce que "terapias" como la oración, llevar un registro espiritual diario, la memorización de versículos bíblicos clave y la práctica del perdón ayudan a las personas a sobreponerse a perturbaciones emocionales. El perdón está entre las estrategias más calmantes, aun si la capacidad de perdonar y ser perdonado solo viene de Dios, por medio de un corazón transformado por él (Ezequiel 36:26).

Lee Mateo 5:23 al 25; Lucas 17:3 y 4; y 23:34. ¿Qué se nos enseña también aquí acerca del perdón?

Algunas veces parece que el perdón es casi imposible de conceder. Pero ningún ser humano llegará alguna vez a soportar lo que Jesús cargó en términos de dolor y humillación: él, el Rey y Creador, fue degradado y crucificado injustamente por sus criaturas. No obstante, Jesús se interesó por cada una lo suficiente como para implorar al Padre que las perdonara.

Hay personas que hacen mal a otros sin comprender el dolor que están causando. Otras veces, la gente ofende porque está insegura o porque tiene problemas personales y busca alivio lastimando a otros. Percibir los problemas de otros ¿cómo nos ayuda a ofrecer el perdón? ¿Cómo podemos aprender a perdonar a quienes tratan de herirnos intencionalmente?

CONFESARSE MUTUAMENTE LOS PECADOS

¿Cómo interpretas la recomendación de Santiago de confesarse los pecados el uno al otro? Santiago 5:16. Medita en esto y ve cómo puedes aplicar su enseñanza en tu vida.

Los pecados contra mi prójimo requieren mi confesión a él/ella, con el fin de asegurar el perdón y restaurar la relación. También me responsabilizo por lo que hice, y espero la aceptación y el perdón. Por la gracia de Dios, un alma noble otorgará el perdón, sin importar el tamaño de la ofensa.

Además, el texto de Santiago ofrece grandes posibilidades de curación. Contar tus pecados, errores y transgresiones a alguien en quien confías, a un amigo cristiano piadoso, producirá sanidad emocional y aliviará la carga de pecado. Además, la confesión mutua profundiza las relaciones interpersonales. De hecho, la profesión de aconsejamiento está basada en el principio de que hablar es bueno para el alma. Aunque hay desórdenes mentales que necesitan tratamiento profesional, muchos sentimientos de angustia pueden ser aliviados si se hablan en los ámbitos de la iglesia y de la comunidad. Ciertos problemas son creados por el deterioro de las relaciones interpersonales: malentendidos, calumnias, celos, etc. Seguir el consejo de Santiago no solo aliviará la carga psicológica, sino también traerá fortaleza renovada para cambiar las conductas destructivas.

Sin embargo, vaya una palabra de precaución. Aunque revelarle a un amigo íntimo pecados cometidos puede traer mucho alivio, quedamos en una posición vulnerable. Existe el riesgo de que nuestro amigo revele la confidencia a otros, y esto es destructivo para las personas involucradas.

Más importante es que siempre confesemos nuestras transgresiones a Dios con plena confianza y con la seguridad del perdón. Lee 1 Pedro 5:7. Las relaciones defectuosas pueden traer temor y ansiedad, pero la ayuda más segura viene de Dios, que está dispuesto a llevar sobre sí todas nuestras preocupaciones, dejándonos con un genuino sentido de alivio por haber entregado nuestras cargas en sus manos.

EDIFICÁNDONOS MUTUAMENTE

Lee los siguientes textos, y pregúntate: ¿Por qué esto es tan importante, no solo para mí mismo, sino también para otros? Efesios 4:29; 1 Tesalonicenses 5:11; Romanos 14:19.

Pablo insta a la iglesia primitiva a evitar que las relaciones personales se deterioren en el "cuerpo de Cristo". Se producen muchas dificultades cuando unos a otros se rebajan; esto hiere a toda la comunidad. Las personas que chismean y murmuran tienen problemas ellas mismas: sentimientos de inferioridad, un ansia de ser notadas, un deseo de controlar o de tener poder, y otras inseguridades. Estas personas necesitan ayuda para tratar con sus conflictos internos.

Sentirse bien con uno mismo ayuda a no estar involucrado en chismes ni calumnias. Como hijos de Dios, tenemos el privilegio de haber recibido la salvación (Salmo 17:8; 1 Pedro 2:9). Comprendiendo esto, el énfasis estará en edificar a otros. Podemos apoyar, a quienes tienen problemas personales, con palabras de ánimo y aprobación; enfatizar lo positivo de las cosas, de la humildad y de una actitud gozosa.

Otra manera de ayudar es servir como mediadores en las relaciones. Jesús llamó a los pacificadores "bienaventurados" e "hijos de Dios" (Mateo 5:9), y Santiago dice que los pacificadores cosecharán "justicia" (Santiago 3:18).

Lee Mateo 7:12. ¿Por qué esto es clave en todas las relaciones?

Este principio es muy valioso para las relaciones sociales. Al estar basado en el amor, es positivo, universal y está por encima de las leyes humanas. La Regla de Oro también produce beneficios prácticos para todos los involucrados.

Un agricultor chino estaba en su campo de arroz en las terrazas montañosas que miraban hacia el mar. Un día, vio el comienzo de un *tsunami*: el mar se retiró, dejando expuesta una gran parte de la bahía. Él sabía que el agua regresaría con fuerza, destruyendo todo en el valle. Pensó en sus amigos que se encontraban en el valle, y prendió fuego a su arrozal. Sus amigos, de inmediato, corrieron montaña arriba para apagar el incendio, y se salvaron del *tsunami*; el deseo de ayudar a otros los salvó. La lección es clara.

PARA ESTUDIAR Y MEDITAR: Lee Efesios 4:25 al 32 y subraya las palabras que tocan tu corazón más directamente. Reflexiona sobre todas las cosas que puedes hacer, con la ayuda de Dios, para mejorar tu relación con otras personas.

Las siguientes son porciones de una carta que Elena de White escribió en 1908 a un evangelista: "Tengo este mensaje del Señor para usted: Sea bondadoso en sus palabras, amable en sus acciones. Vigílese con cuidado, porque está inclinado a ser severo y autoritario, y a hablar con dureza [...]. Las expresiones duras entristecen al Señor; las palabras imprudentes hacen daño. Se me ha encargado que le diga: Sea amable al hablar; cuide sus palabras; no deje entrar la dureza en sus expresiones ni en sus ademanes. [...]

"Cuando su experiencia diaria sea la de uno que mira a Jesús y aprende de él, usted revelará un carácter sano y armonioso. Suavice sus manifestaciones, y no pronuncie palabras de condenación. Aprenda del gran Maestro. Las palabras de bondad y simpatía serán benéficas como una medicina. Y sanarán a las almas desesperadas. El conocimiento de la Palabra de Dios puesto en práctica en la vida tendrá un poder sanador y suavizador. La dureza de palabras no reportará nunca bendición ni a usted ni a ninguna otra alma" (*Obreros evangélicos*, pp. 172, 173).

PREGUNTAS PARA DIALOGAR:

1. ¿Cuánto te gusta chismear? Y aun si no lo haces tú mismo, ¿cuán ansioso y abierto estás a escuchar chismes de otros? ¿Por qué, en un sentido, eso es tan malo como que difundas chismes tú mismo? ¿Cómo puedes dejar de formar parte de lo que causa mucho dolor a otros?

2. El perdón puede ser muy difícil, especialmente cuando hemos sido heridos gravemente. ¿Cómo aprendes a perdonar a quienes no te piden perdón, que no se interesan en que los perdones y que podrían incluso burlarse de ello? ¿Cuál es tu responsabilidad en estos casos?

3. El abuso verbal y físico dentro de las familias es una realidad que produce mucho dolor a las personas y a los grupos. ¿Cuál debería ser la actitud cristiana para ayudar a prevenir este problema? ¿Cuál debería ser la recomendación cuando el perdón no produce ningún cambio en la conducta abusiva?

4. Piensa en tu vida ahora mismo. ¿Qué pasos puedes dar para mejorar tus relaciones? ¿Por qué la humildad, la confianza en Dios y un deseo de hacer lo correcto son tan importantes en ese proceso?